

事業名	相武台ゆとり学級 第2回 「もしも」の知識とフレイル予防	
開催日	令和8年9月25日(金)	
場所	相武台公民館 大会議室	
対象	館区内在住60才以上	
参加者	45名	
講師	相武台地域包括支援センター 小山所長	
主催	相武台公民館	
主管	相武台ゆとり学級運営委員会	
報告	第2回は地域包括支援センターの小山所長から、身近な問題である「もしも」のときの知識や、フレイル予防についてお話いただきました。 地域包括支援センターの業務や介護保険について、フレイルの基礎知識から予防まで、わかりやすく楽しく丁寧に解説いただき、学級生から「知らない事が多く、大変参考になった!」「身近に地域包括センターがあるのは、とても心強い」等たくさんの声があり、多くの気づきを得られる有意義な機会となりました。	



今回の講座の目的について、運営委員長の楽しく熱いお話からスタート♪♪



地域包括支援センター 小山所長
ありがとうございました!



基本チェックリストで自分の状態を確認しながら、フレイル予防について勉強中。



受付準備中～
毎回、担当の班が会場準備、受付をします!